

## Praxistest 2019, Teil 4:

### Wanderrucksäcke für Mehrtagestouren (Volumen 30-40 l)

Auch 2019 setzen wir unsere erfolgreichen Langzeit-Praxistests mit insgesamt 8 Testberichten fort, wovon 4 online und (in komprimierter Fassung) auch im jeweiligen Heft, die anderen 4 ausschließlich online erscheinen. In Ergänzung dieser ausführlichen Praxistests mit jeweils bis zu 9 Produkten gibt es zusätzlich noch Schnelltests zu jeweils einem einzelnen Produkt, die wahlweise online oder online und im Heft erscheinen.

Der diesjährige Rucksack-Praxistest beschäftigt sich mit Wanderrucksäcken zwischen 30 und 40 Liter Volumen, die prima für Familientouren, Wochenendausflüge oder Trekking ohne Campingausrüstung geeignet sind.

Folgende Kandidaten waren dabei:

- Kontaktrücken:** Deuter Trail Pro 34 SL & Trail Pro 36  
Fjällräven Abisko Hike 35  
Thule All Trail 35 Wms & All Trail 35 Men
- Netzrücken:** Gregory Jade 38 & Zulu 40  
Haglöfs Vina 40  
Lowe Alpine Altus ND 30 & Altus 32  
Osprey Eja 38 & Exos 38

<b>Testgebiet:</b>	Deutsche Mittelgebirge: Mittelrheintal, Eifel, Mosel, Pfälzerwald, Hunsrück
<b>Strecken:</b>	5 bis 22 km
<b>Höhenmeter:</b>	▲ ▼ jeweils bis zu 690 m
<b>Temperaturen:</b>	-4°C bis 15°C
<b>Wetter:</b>	
<b>Zeitraum:</b>	Dezember 2018 bis März 2019 (jeweils mind. 3 Monate)

Die jeweils betroffenen Hersteller haben keinerlei Einfluss auf die Durchführung und das Ergebnis der Tests. Wir haben uns bemüht, die Vor- und Nachteile der Produkte, die uns während des Langzeittests aufgefallen sind, so objektiv wie möglich darzustellen. Oberstes Ziel der Studie war es, möglichst umfassende und praxisnahe Informationen zum jeweiligen Testprodukt zu bieten.

Im Folgenden stellen wir die getesteten Produkte kurz mit Foto und tabellarischem Überblick vor (darunter auch der aktuelle Ladenpreis, das von uns ermittelte Gewicht und die Kontaktadresse der Hersteller), bevor wir unsere Eindrücke und Erfahrungen auflisten und die Kandidaten bewerten.

#### Übrigens:

Für unseren Praxistest haben wir aus einem großen Produktangebot die oben genannten Kandidaten ausgewählt, die wir im mehrmonatigen Praxistest genau unter die Lupe nehmen. Durch die sorgfältige Vorauswahl schaffen es in der Regel nur Spitzenprodukte, zu den auserkorenen Testkandidaten zu gehören.

Das Produkt (in Ausnahmen mehrere Produkte oder keines), das sich in der Praxis am besten bewährt, nachhaltig ist und rundum für den Einsatz beim Wandern überzeugt, erhält schließlich das begehrte Wandermagazin-Testsiegel.



Deuter Trail Pro 34 SL

Thule All Trail 35 Wms



Deuter Trail Pro 36

Fjällräven Abisko Hike 35

Thule All Trail 35 Men

## Deuter

Stabiler Mehrtageswanderrucksack mit gepolstertem Kontaktrücken. Herren- & Damenmodell. Zweiter Zugriff ins Hauptfach über 80 cm langen umlaufenden 2-Wege-RV. 2 RV-Außenfächer, 1 Netzseitentasche. Taschen an beiden Hüftflossen. Große Deckelklappe mit 2 RV-Fächern. Regenhülle. Fixe Rückenlänge. PFC-frei. Fair Wear Leader Status.

## Fjällräven

Robuster Unisex-Mehrtageswanderrucksack mit dünner Polsterung. Obermaterial: G-1000®. Nicht unterteiltes Hauptfach entweder von oben oder über 41 cm langen 2-Wege-Seiten-RV erreichbar. Fixe Rückenlänge. Oben offene Seitentasche, zentrales RV-Fach, große Deckelklappe mit 2 RV-Fächern. Regenhülle. Pfeife am Brustgurt. PFC-frei.

## Thule

Strapazierfähiger und stabiler Mehrtageswanderrucksack mit Kontaktrücken. Damen- & Herrenmodell. Keine klassische Deckelklappe. Zugang ins ungeteilte Hauptfach über 95 cm langen 2-Wege-RV. RV-Deckelfach außen & innen. Netzinnefach über Seiten-RV zugänglich. 2 seitl. Netztaschen, 1 Hüftflossentasche mit RV. Regenhülle. Rückenlänge einstellbar.



Gregory Jade 38

Lowe Alpine Altus ND 30

Osprey Eja 38



Gregory Zulu 40

Haglöfs Vina 40

Lowe Alpine Altus 32

Osprey Exos 38

## Gregory

Stabiler Mehrtageswanderrucksack mit konturierter Rückenplatte und Rückennetz. Damen- & Herrenmodell. 2 versch. Größen, jew. Rückenlänge einstellbar. Ungeteiltes Hauptfach mit Zugang von oben und über 86 cm umlaufenden 2-Wege-RV. Deckelklappe mit RV-Innen- und RV-Außenfach. Zentrale Netztasche. Seitl. 2 Netztaschen, Hüftflossen mit RV-Taschen. Pfeife am Brustgurt. Regenhülle.

## Haglöfs

Leichter Mehrtageswanderrucksack mit NetZRücken. Fixe Rückenlänge. Klassische Deckelklappe mit sehr großem RV-Außenfach. Zentrales Netzaußenfach. Ungeteiltes, sehr geräumiges Hauptfach entweder von oben oder über 48 cm Seiten-RV zugänglich. 1 oben offene seitliche Netztasche, 1 RV-Seitenttasche. Keine Regenhülle. PFC-frei. Fair Wear Leader Status.

## Lowe Alpine

Kompakter, stabiler Mehrtageswanderrucksack mit NetZRücken. Damen- & Herrenmodell. Vorgekrümmter Hüftgurt für perfekte Lastenübertragung. Deckelklappe mit RV-Fächern innen & außen. Ungeteiltes Hauptfach mit Zugang von oben und über 28 cm langen Seiten-RV. Zentrales RV-Fach. 1 seitl. Netztasche, Hüftflossen mit RV-Taschen. Regenhülle. Pfeife am Brustgurt.

## Osprey

Extrem leichter Mehrtageswanderrucksack mit NetZRücken. Damen- & Herrenmodell. Fixe Rückenlänge. Ungeteiltes großes, nur von oben zugängliches Hauptfach. Deckelklappe mit RV-Außen- und Innenfach komplett abnehmbar. Zweiter Deckel zum Verschließen, wenn Deckelklappe abgenommen. 2 seitl. Netztaschen, zentrales Netzfach. Keine Regenhülle. Pfeife am Brustgurt.

Gruppe 1: Rucksäcke mit Kontakt Rücken			
	Deuter ♀ Trail Pro 34 SL ♂ Trail Pro 36	Fjällräven Unisex: Absiko Hike 35	Thule ♀ All Trail 35 Wms ♂ All Trail 35 Men
<b>Grundlagen</b>			
Gewicht (Eigenmessung)	♀ 1480 g ♂ 1540 g	1390 g	♀ 1360 g ♂ 1480 g
Volumen in Litern	♀ 34 l, ♂ 36 l	35 l	♀ 35 l, ♂ 35 l
variable Rückenlänge	nein	nein	ja, um ca. 10 cm
Max. Umfang in cm (Rucksack & Hüftgurt)	♀ 143 cm ♂ 143 cm	157 cm	♀ 115 cm ♂ 115 cm
<b>Einstellriemen</b>			
Variabler Brustgurt	ja	ja	ja
Kontrollriemen	Hüfte, Schultern	Schultern	Hüfte, Schultern
Kompressionsriemen	ja	ja	ja
<b>Gurteigenschaften</b>			
Hüftflossen (BxL) cm	♀ 30x12 cm / ♂ 32x12 cm	25x10 cm	♀ 23x11.5 cm / ♂ 25x11.5 cm
Polsterung Hüftgurt	sehr gut	gut	ziemlich gut
Zugrichtung Hüftgurt	nach vorne	nach vorne	nach vorne
Polster Schultergurte	gut	gut	gut
<b>Taschen &amp; Fächer</b>			
Deckelklappe: Außen- und Innenfach?	klassische Klappe mit jeweils einem gr. RV-Fach außen und innen	klassische Klappe mit jeweils einem gr. RV-Fach außen und innen	keine klassische Klappe, aber gr. RV-Außenfach oben und gr. RV-Netzinnettasche
Hauptfach unterteilt	nein	nein	nein
Trinksystemkompatibel?	ja	ja	ja
Seitl. Außentaschen Tiefe der Taschen	1x Netztasche: ♀+ ♂ 24 cm 1x RV-Tasche: ♀ 33 / ♂ 37 cm	1x Netztasche: 17 cm	2x Netztasche: ♀+ ♂ 22 cm
sonstige Fächer / Taschen	zentrales Netz-Außenfach, RV-Taschen an beiden Hüftflossen	zentrales RV-Außenfach	Netzinnetfach (auch über Seiten-RV zugänglich), RV-Tasche an einer Hüftflosse
2. Zugang Hauptfach	ja, umlaufender 2-Wege-RV: 80 cm	ja, 2-Wege-Seiten-RV: 41 cm	Hauptzugang über umlaufenden 2-Wege-RV: 95 cm, 2. Zugang: Seiten-RV (30 cm)
<b>Praxistauglichkeit</b>			
Gurte halten?	ja	ja	ja
Rückenbelüftung	Polster: sehr gut	Polster: gut	Polster: ziemlich gut
Stabilität	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Tragekomfort	sehr gut	sehr gut	sehr gut
<b>Zusatzausstattung</b>			
Regenhülle	ja, in eigenem Bodenfach	ja, ohne eigenes Fach	ja, in eigenem Bodenfach
Stockhalterung	ja	ja	ja, Gerätehalterung am Hüftgurt
Sonstiges	Rucksack ist komplett PFC-frei, Fair Wear Leader Status	Obermaterial: G-1000® aus 35% Biobaumwolle und 65% recyc. Polyester, PFC-frei imprägniert (gewachst), im Brustgurt integrierte Pfeife	Optional: weiteres Zubehör für die Gerätehalterung an der Hüftflosse erhältlich
<b>Preis &amp; Info</b>			
Preis	<b>169,95 €</b>	<b>159,95 €</b>	<b>139,95 €</b>
Homepage	deuter.com	fjallraven.de	thule.com
<b>Testurteil</b>	<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>	<b>sehr gut</b>

Gruppe 2: Rucksäcke mit NetZRücken				
	Gregory ♀ Jade 38 ♂ Zulu 40	Haglöfs Vina 40	Lowe Alpine ♀ Altus 30 ND ♂ Altus 32	Osprey ♀ Eja 38 ♂ Exos 38
<b>Grundlagen</b>				
Gewicht (Eigenmessung)	♀ 1345 g ♂ 1410 g	1180 g	♀ 1410 g ♂ 1495 g	♀ 1050 g ♂ 1050 g
Volumen in Litern	♀ 38 l, ♂ 40 l	40 l	♀ 30 l, ♂ 32 l	♀ 38 l, ♂ 38 l
variable Rückenlänge	ja, um ca. 10 cm	nein	ja, um ca. 10 cm	nein
Max. Umfang in cm (Rucksack & Hüftgurt)	♀ 143 cm ♂ 145 cm	125 cm	♀ 140 cm ♂ 150 cm	♀ 124 cm ♂ 126 cm
<b>Einstellriemen</b>				
Variabler Brustgurt	ja	ja	ja	ja
Kontrollriemen	Schultern	Schultern	Hüfte, Schultern	Schultern
Kompressionsriemen	ja	ja	ja	ja
<b>Gurteigenschaften</b>				
Hüftflossen (BxL) cm	♀ 23x11 / ♂ 25x11 cm	27 x 11.5 cm	♀ 26x10 / ♂ 27x10 cm	♀ 17x12 / ♂ 17x12 cm
Polsterung Hüftgurt	sehr gut	gut	sehr gut	gut
Zugrichtung Hüftgurt	nach vorne	nach vorne	nach vorne	nach vorne
Polster Schultergurte	sehr gut	gut	gut	gut
<b>Taschen &amp; Fächer</b>				
Deckelklappe: Außen- und Innenfach?	klassische Klappe mit jeweils einem gr. RV-Fach außen und innen	klassische Klappe mit einem gr. RV-Fach außen, ohne Innendeckelfach	klassische Klappe mit jeweils einem gr. RV-Fach außen und innen	klassische Klappe mit jeweils einem gr. RV-Fach außen und innen
Hauptfach unterteilt	nein	nein	nein	nein
Trinksystemkompatibel?	ja	ja	ja	ja
Seitl. Außentaschen Tiefe der Taschen	2x Netztasche: ♀ 20 cm, ♂ 23 cm	1x Netztasche: 20 cm 1x RV-Tasche: 20 cm	2x Netztasche: ♀ 18 cm, ♂ 18 cm	2x Netztasche: ♀ 34 cm, ♂ 36 cm
sonstige Fächer / Taschen	zentrales Netz-Außenfach, RV-Taschen an beiden Hüftflossen	zentrales Netz-Außenfach, RV-Taschen an beiden Hüftflossen	zentrales RV-Außenfach, RV Taschen an beiden Hüftflossen	zentrales Netz-Außenfach
2. Zugang Hauptfach	umlaufender 2-Wege-RV: 86 cm	2-Wege-Seiten-RV: 48 cm	2-Wege-Seiten-RV: ♀ 28 / ♂ 30 cm	nicht vorhanden
<b>Praxistauglichkeit</b>				
Gurte halten?	ja	ja	ja	ja
Rückenbelüftung	Netz: sehr gut	Netz: sehr gut	Netz: sehr gut	Netz: sehr gut
Stabilität	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Tragekomfort	perfekt	sehr gut	sehr gut	sehr gut
<b>Zusatzausstattung</b>				
Regenhülle	ja, im Deckelinnenfach	nein	ja, in eigenem Bodenfach	nein
Stockhalterung	ja	ja	ja	ja
Sonstiges	im Brustgurt integrierte Pfeife	Rucksack ist komplett PFC-frei, teils bluesign zertifiziert, Fair Wear Leader Status	im Brustgurt integrierte Pfeife, vorgekrümmter Hüftgurt	Deckel abnehmbar, dann 2. Abdeckung für Hauptfach vorhanden, im Brustgurt integrierte Pfeife
<b>Preis &amp; Info</b>				
Preis	170,00 €	150,00 €	149,95 €	150,00 €
Homepage	eu.gregorypacks.com	haglofs.com	lowealpine.com	ospreypacks.com
<b>Testurteil</b>	<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>	<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>

## Kleine Rucksackkunde

Ein Rucksack muss passen! Das bedeutet, dass nicht nur die Rückenlänge stimmen muss, sondern auch die sonstigen Einstellungen individuell angepasst werden müssen. Rucksäcke sollten unbedingt eine gute Belüftung am Rücken und wenn möglich auch an Schulter- und Hüftgurten haben.

### a) Rückensystem

Grundsätzlich gibt es zwei Rückenbelüftungssysteme: Netzrücken und Kontakt- oder Polsterrücken. Beim Netz ist der Abstand zwischen Rücken und Rucksack größer als beim Kontakt Rücken. Welches Rückensystem man bevorzugt, ist bei Rucksäcken mit kleinem Volumen tatsächlich Geschmackssache. Je größer aber das Volumen und damit das potentielle Gewicht des beladenen Rucksacks wird, umso wichtiger werden die Hebelgesetze. Denn dann spürt man schon auf den ersten Metern einer Tour jeden Zentimeter zusätzlichen Abstandes zwischen Rücken und Rucksack, was besonders bei Menschen mit (Lenden-)Wirbelsäulenproblemen schnell ein echtes Problem werden kann. Der Abstand zwischen Rücken und Rucksack ist bei Modellen mit nicht variablem Netzrücken naturgemäß größer, als bei Rucksäcken mit Kontakt Rücken. Daher ist die Lastenkontrolle bei Netzbelüftungen nicht so gut wie bei gepolsterten Rücken. Große Rucksäcke oder Alpinrucksäcke, bei denen die Last unbedingt sehr gut kontrolliert werden muss, sind daher nur mit Polsterbelüftungen ausgestattet. Ab welcher Rucksackgröße bzw. ab welchem Gesamtgewicht man auf ein möglichst rückennahes Tragen achten sollte, muss jeder selbst entscheiden.

### b) Wie passt man den Rucksack richtig an?

Ist der Rucksack richtig gepackt, muss er noch richtig angepasst und eingestellt werden. Hier eine kurze Anleitung zum korrekten Anpassen eines Rucksacks:

1. Beim Anprobieren den Rucksack mit Ballast (z.B. Sandsäckchen) beladen und alle Gurte lockern.
2. Den Rucksack aufsetzen und zuerst den Hüftgurt schließen. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Hüftflossen seitlich an der Hüfte sitzen (nicht als „Bauchgurt“!). Nun den Hüftgurt stramm anziehen.  
*Tipp:* Bei Frauen sitzt der Rucksack nun in der Regel deutlich unterhalb des Hosengürtels, bei Männern knapp unter dem Hosengürtel, Tendenz nach unten).
3. Erst jetzt zieht man die Schultergurte an und schließt den Brustgurt.

Wenn nun das Gewicht zu etwa 90% auf der Hüfte (nicht auf den Schultern!) lastet, sitzt der Rucksack gut. Das kann man prüfen, indem man eine 2. Person bittet, einen Finger unter den Schultergurt zu schieben. Gelingt das problemlos, liegt wenig Gewicht auf den Schultern, der Rucksack „sitzt“.

### c) Gewichtsverteilung im Rucksack

Selbst ein gut angepasster Rucksack trägt sich schlecht, wenn die Gewichtsverteilung im Rucksack nicht stimmt. Es gilt also ein paar wichtige Regeln zu beachten:

1. Je weiter entfernt vom Rücken etwas verstaut wird, umso leichter sollte es sein.
2. Die schwersten Dinge gehören etwa auf Schulterhöhe rückennah in den Rucksack.
3. Ganz oben (z.B. in ein bis auf Kopfhöhe ragendes Deckelfach) sollten nur leichte Gegenstände verstaut werden.

In der Praxis bedeutet das: das Hauptgewicht sollte rückennah und zentral (also etwa zwischen Schultern und Taille) verstaut werden. In die Deckelklappe und das Bodenfach kommen nur leichtere Gegenstände. Was schnell zur Hand sein muss, sollte gut erreichbar verstaut sein. Dazu eignen sich zentrale Außenfächer oder (für kleine Gegenstände) auch die oft vorhandenen Taschen am Hüftgurt.

Meist ist das Wasser zum Trinken das schwerste Gepäck. Optimal sind Trinksysteme, die sich per se an der richtigen Stelle im Rucksack befinden. Wer Flaschen bevorzugt, sollte statt einem großen lieber zwei kleine Behälter rechts und links tragen und abwechselnd daraus trinken.

Bleibt noch die Frage, was überhaupt mitgenommen werden muss. Als kleine Hilfestellung haben wir auf unserer Homepage bei den Praxistests ein Untermenü mit Zusatzinfos angelegt. Hier gibt es auch Packlisten, die als PDF herunter geladen werden können:

<http://www.schoeneres-wandern.de/html/zusatzinfos.html>



## d) Welcher Rucksack für welchen Einsatz?

### Volumen:

Für Halbtages- oder Tagestouren eignen sich Rucksäcke zwischen 20 und 30 Litern am besten.

Wer einige Tage (aber ohne Campingausrüstung) unterwegs sein will, braucht Rucksäcke bis etwa 40 Liter.

Erst wer auch Zelt, Schlafsack, Isomatte und Kochgeschirr im Gepäck hat, benötigt Trekkingrucksäcke über 45 Litern.

### Herren- und Damenmodelle:

Fast alle namhaften Hersteller bieten Herren- und Damenmodelle an. Hauptunterschiede sind die Form, Breite und Länge der gepolsterten Schultergurtbereiche, der Winkel der Hüftflossen und die Polsterung der Hüftflossen. Meistens sind Damenmodelle etwas kleiner im Volumen und in der Rückenlänge etwas kürzer als die korrespondierenden Herren-(Unisex-)modelle.

## Praxistauglichkeit beim Wandern

Das Feld der insgesamt sieben Kandidaten haben wir diesmal je nach Rückensystem in zwei Untergruppen aufgeteilt. Während in der ersten Gruppe drei Kandidaten mit Kontakt(Polster-)rücken antreten, wetteifern in der zweiten Gruppe vier mit einem NetZRücken ausgestattete Modelle um den Testsieg.

In der Gruppe mit Kontaktrücken macht der **Fjällräven Abisko Hike 35** den Anfang. Dieser Unisex-Rucksack bietet 35 Liter Volumen. Er hat ein großes, nicht unterteiltes Hauptfach, das von oben, aber auch über einen seitlichen 2-Wege-RV (Länge 41 cm) erreicht werden kann. Ebenfalls viel Stauraum bietet das zentrale RV-Außenfach, in dem bei Auslieferung auch die Regenhülle untergebracht ist. Die Deckelklappe ist mit einem äußeren und einem inneren RV-Fach ausgestattet, beide bieten reichlich Platz. In der oben offenen, weitverstellbaren Seitentasche ist z.B. eine Trinkflasche stets griffbereit. Ist der Rucksack mal nicht voll, sorgen Kompressionsriemen dafür, dass alles gut plaziert bleibt. Am Hüftgurt gibt es keine Taschen, aber praktische Geräteschlaufen. Alle Gurte laufen gut und halten prima. Der Rücken ist mit einem wenig aufragenden, nicht konturierten Mesh-Polster ausgestattet, auch die Hüftflossen und Schultergurte sind so gepolstert.

**Unser Fazit:** Der **Abisko Hike 35** von **Fjällräven** bietet guten Tragekomfort und viel Platz für eine Mehrtagestour. Im Gegensatz zu allen anderen Kandidaten besteht dieser Rucksack nicht aus Nylon, sondern aus dem legendären G-1000® (in den Varianten Eco bzw. Heavy Duty), was ihm eine tolle Haptik und zugleich perfekte Strapazierfähigkeit beschert. Der Rucksack hat alle wichtigen Eigenschaften, wie z.B. einen nach vorne zu ziehenden Hüftgurt. Dennoch fehlen einige „Komforteigenschaften“ wie z.B. eine verstellbare Rückenlänge oder eine etwas ausgeprägtere Polsterung. Insgesamt ist der **Abisko Hike 35** ein sehr solider, und dabei erstaunlich leichter Rucksack der sich 80% der maximal möglichen Punkte sichern kann, was in diesem hochkarätigen Testfeld dem Testurteil „gut“ entspricht.



Fjällräven Abisko Hike 35



Fjällräven Abisko Hike 35



Fjällräven Abisko Hike 35

Der nächste Kandidat ist der **All Trail 35** aus dem Hause **Thule**. Der Rucksack ist für Damen und Herren erhältlich. Der Rücken ist mit einem feinporigen Mesh-Polster ausgestattet, wobei die Rückenlänge über ein Klett-Paneel mit einem Spielraum von 10 cm individuell eingestellt werden kann. Schultergurte und Hüftgurt (der vorbildlich nach vorne zugezogen wird) sind ebenfalls mit Mesh-Polstern versehen, die für gute Belüftung sorgen. Alle Gurte sind gut zugänglich, laufen leicht und halten zuverlässig.

Der Rucksack hat 35 Liter Volumen, die v.a. im nicht geteilten Hauptfach zur Verfügung stehen. Das Hauptfach ist über einen 95 cm langen 2-Wege-RV zugänglich, eine klassische Deckelklappe gibt es nicht. Dennoch gibt es ein geräumiges äußeres RV-„Deckelfach“, das innen von



Thule All Trail 35 Men

Thule All Trail 35 Wms



Thule All Trail 35 Men



Thule All Trail 35 Wms



einer RV-Netztasche ergänzt wird. Zudem ist der Rucksack mit einem von außen über einen RV, aber auch von innen zugänglichen großen Netz-Innenfach ausgestattet. An den Hüftflossen ist auf der einen Seite eine RV-Netztasche, auf der anderen Seite eine Universalhalterung vorhanden. Serienmäßig hat der Rucksack hier eine Stockhalterung montiert, die aber optional gegen anderes Thule-Zubehör getauscht werden kann. Eine Regenhülle ist in einem eigenen Fach untergebracht.

**Unser Fazit:** Der **Thule All Trail 35** hat im Test rundum eine gute Figur gemacht und sich durch angenehmen Tragekomfort und gute Staumöglichkeiten hervor getan. Die Polsterung ist ziemlich gut, könnte aber noch etwas luftiger sein. Insgesamt kommen für dieses Modell 90 % der maximal möglichen Punkte zusammen, was zum wohlverdienten Testurteil „sehr gut“ führt.

Der letzte Kandidat der ersten Gruppe wurde ebenfalls in der Damen- und der Herrenversion ausprobiert: die beiden **Deuter** Modelle **Trail Pro 34 SL** (Damen) bzw. **Trail Pro 36** (Herren). Diese mit einem sehr luftigen Mesh-Polsterrücken ausgestatteten Rucksäcke bieten sehr guten Tragekomfort. Da bei der Polsterung der unmittelbare Bereich der Wirbelsäule ausgespart ist, kann selbst bei schwerer Last nichts auf die Wirbelsäule drücken, was besonders im Lendenbereich perfekt ist. Auch die Schultergurte und Hüftflossen sind sehr gut und ausreichend luftig gepolstert. Wie man im Foto sieht, ist die Polsterung der Hüftflossen bei Mann / Frau (den anatomischen Unterschieden folgend) verschieden.

Die Rucksäcke haben ein Volumen von 34 bzw. 36 Litern, das in erster Linie im nicht geteilten Hauptfach zur Verfügung steht. Dieses ist entweder klassisch von oben oder aber über einen umlaufenden, 80 cm langen 2-Wege-RV erreichbar.

Weiteren Stauraum bietet die sehr geräumige Deckelklappe mit einem äußeren und einem inneren RV-Fach. Seitlich gibt es einerseits eine oben offene Netztasche und andererseits ein RV-Seitenfach, in dem auch eine 1l Flasche Platz findet. Ein zentrales, oben nur mit einem Clip verschlossenes Netzfach kann z.B. für einen Helm oder für nasse Kleidung genutzt werden. Die Regenhülle des Rucksack befindet sich in einem Extrafach am Boden. An den breiten Hüftflossen sind RV-Netztaschen für wichtige Kleinigkeiten vorhanden. Alle Gurte des Rucksack sind prima zu erreichen, laufen leicht und halten sicher. Die Zugrichtung des Hüftgurtes ist sinnvoll nach vorne gerichtet.

**Unser Fazit:** **Deuter Trail Pro 34 SL** und **Deuter Trail Pro 36** eignen sich perfekt für Mehrtagestouren oder Tagestouren mit viel Gepäck. Die Ausstattung lässt keine Wünsche offen und der Tragekomfort ist absolut überzeugend. Das Damenmodell ist sehr gut für die weibliche Anatomie optimiert. Schade ist allerdings, dass die Rückenlänge nicht verstellbar ist, hier also kein Spielraum gegeben ist. Dennoch kommen am Ende 91 % der maximal möglichen Punkte zusammen, was dem Testurteil „sehr gut“ entspricht und zudem den Testsieg in der „Kontaktrücken-Gruppe“ bedeutet.



Deuter Trail Pro 34 SL



Deuter Trail Pro 36

Deuter Trail Pro 34 SL



Deuter Trail Pro 36



Osprey Eja 38



Osprey Exos 38

In der Gruppe mit Netzrücken machen die **Osprey** Modelle **Eja 38** (für Damen) und **Exos 38** (für Herren) den Anfang. Diese beiden Modelle bieten mit einem extrem leichten Gewicht von nur 1050 g jeweils 38 Liter Volumen. Die absoluten Leichtgewichte sind dennoch stabil und robust. Sie haben ein nicht unterteiltes, ausschließlich von oben zugängliches Hauptfach. Die große Deckelklappe mit einem RV-Außenfach und einem RV-Netzinnefach lässt sich komplett abnehmen. Damit der Rucksack dann aber immer noch oben verschlossen werden kann, gibt es einen zweiten, einfachen Deckel, mit den gleichen Verschlüssen wie die eigentliche Deckelklappe. Seitlich haben die Modelle hohe, oben offene Netztaschen, die zusätzliche Öffnungen zum Direktreingriff (z.B. wenn eine Flasche untergebracht werden soll) haben. Zentral gibt es hinten am Rucksack noch ein Netzaußen-

fach mit Clipverschluss, in das z.B. ein Helm oder nasse Kleidung gesteckt werden kann. Um außen noch leichte Gegenstände wie eine Isomatte zu befestigen, gibt es recht schmale Riemen, die bei Nichtnutzung etwas verloren am Rucksack herumhängen. Auch die üblichen Kompressionsriemen sind sehr schmal gearbeitet, was dem leichten Gewicht geschuldet ist. Die Rückenbelüftung erfolgt über ein stark gespanntes sehr luftiges Netz. Die Schultergurte und Hüftflossen überzeugen mit sehr luftiger Polsterung. Die Rückenlänge ist nicht variabel, allerdings kann man die Modelle in unterschiedlichen Rückengrößen (M oder L) bestellen.

**Unser Fazit:** Die **Osprey** Rucksäcke **Eja 38** und **Exos 38** begeistern mit hohem Tragekomfort und extremem Leichtgewicht. Allerdings geht das auf Kosten der Ausstattung, was sich besonders beim fehlenden 2. Zugang ins sehr große Hauptfach negativ bemerkbar macht. Auch eine Regenhülle wäre nicht sonderlich ins Gewicht gefallen. Schade ist zudem, dass die Rückenlänge nicht individuell einstellbar ist, wie das sonst bei vielen anderen **Osprey** Modellen möglich ist. Dafür ist die Idee mit der zweiten Hauptfachabdeckung bei abgenommener Deckelklappe sehr sinnvoll und praktisch. Insgesamt kommen die beiden baugleichen Modelle auf 80% der maximal erreichbaren Punkte und erhalten damit das Testurteil „gut“.



Osprey Exos 38



Haglöfs Vina 40

Haglöfs Vina 40

Auch noch sehr leicht präsentiert sich der nächste Kandidat, der **Haglöfs Vina 40**. Bei nur 1180 g bietet dieser Unisex-Rucksack 40 Liter Volumen. Die stecken v.a. im nicht geteilten Hauptfach, das entweder von oben oder über einen 48 cm langen seitlichen 2-Wege-RV erreicht werden kann.



Haglöfs Vina 40

Der Rucksack ist mit einem straff gespannten Netz am Rücken versehen, das für sehr gute Belüftung sorgt. Schultergurte und Hüftflossen sind mit feinmaschigen Mesh-Polstern gepolstert. Alle Gurte sind gut dimensioniert und erreichbar, laufen leicht und halten fest.

Neben dem Hauptfach bietet auch das RV-Außenfach der sehr geräumigen Deckelklappe viel Platz. Für den schnellen Zugriff auf eine Trinkflasche ist die Netzseitentasche mit einer ergonomisch günstigen Öffnung ausgestattet. Auf der anderen Seite gibt es sogar eine RV-Seitentasche. Beide Hüftflossen haben zudem noch RV-Netztaschen für wichtige Kleinutensilien.

**Unser Fazit:** Der **Vina 40** von **Haglöfs** ist ein sehr geräumiger, stabiler und noch sehr leichter Rucksack für Mehrtagestouren. Er überzeugt mit solider Ausstattung und sehr gutem Trageverhalten. Gefehlt hat uns allerdings eine Regenhülle, die aber separat erhältlich ist. Die Rückenlänge muss zum Nutzer passen, da sie nicht einstellbar ist. Am Ende erreicht der Rucksack 80 % der maximal möglichen Punkte, was dem Testurteil „gut“ entspricht.

Kompakt, stabil und robust präsentieren sich die nächsten Kandidaten: der Damenrucksack **Altus ND 30** und der äquivalente Herrenrucksack **Altus 32** aus dem Hause **Lowe Alpine**. Die beiden Modelle bieten dank der vorgeformten Schaumrückenplatte, die von einem Netz überspannt ist, sehr gute Rückenbelüftung bei gleichzeitig prima Lastenkontrolle. Die Schultergurte und auch die sehr großzügig dimensionierten Hüftflossen sind mit grobmaschigem Mesh-Gewebe weich gepolstert, so dass auch schwere Lasten kein Problem bereiten. Die Hüftflossen sind vorgekrümmt und schmiegen sich dadurch automatisch eng an die Hüfte an.

Die Rückenlänge kann über eine Klettplatte um ca. 10 cm verändert, und somit individuell angepasst werden.

Lastenkontrollriemen nicht nur



Lowe Alpine Altus ND 30



Lowe Alpine Altus 32



Lowe Alpine Altus ND 30



Lowe Alpine Altus 32

an den Schultern, sondern auch an den Hüftflossen optimieren die Einstellmöglichkeiten des mittelschweren Rucksacks, der 30 bzw. 32 Liter Volumen bietet. Alle Gurte lassen sich gut bedienen, laufen leicht und halten perfekt. Der Rucksack hat ein ungeteiltes Hauptfach, das von oben und zusätzlich über einen ca. 30 cm langen 2-Wege-Seiten-RV erreicht werden kann. Oben offene, seitliche Netztaschen bieten Platz für Trinkflaschen. Zentral gibt es außen ein weiteres RV-Fach. Die Deckelklappe hat sowohl außen, als auch innen je ein geräumiges RV-Fach. Auf beiden Hüftflossen befinden sich zudem noch kleine RV-Netztaschen. Die Regenhülle hat ein eigenes Bodenfach. Diverse Halterungen für Geräte und Stöcke sowie Kompressionsriemen runden die Ausstattung ab.

**Unser Fazit:** **Altus ND 30** und der **Altus 32** von **Lowe Alpine** sind nahezu perfekt ausgestattete Wanderrucksäcke für Tagestouren mit viel Gepäck oder Mehrtagestouren mit normalem Gepäckumfang. Sie bieten eine sehr gute Belüftung und sehr guten Tragekomfort. So sind es schlussendlich nur Kleinigkeiten, wie z.B. der in 6 Stufen, statt sonst stufenlos verschiebbarer Brustgurt, die den Testsieg verhindern. Insgesamt kommen die **Lowe Alpine** Modelle auf hervorragende 91% der möglichen Punkte, was das wohlverdiente Testurteil „sehr gut“ ergibt.

Als letzte Kandidaten möchten wir die beiden äquivalenten **Gregory** Modelle **Jade 38** (Damen) und **Zulu 40** (Herren) vorstellen, die jeweils in den Größen S/M oder M/L bestellbar sind. Die Modelle verfügen über einen sehr luftigen NetZRücken, der im Lendenwirbelbereich stufenlos in den, gut mit grobporigem Mesh gepolsterten, Hüftgurt übergeht. Dadurch wird selbst bei schwer beladenem Rucksack ein perfekter Tragekomfort erreicht. Auch die Schultergurte sind mit gut belüfteten Mesh-Polstern ausgestattet. Die



Rückenlänge lässt sich über eine Klettplatte einfach und stufenlos um ca. 10 cm ändern und auf die individuelle Länge einstellen. Alle Gurte laufen leicht, halten prima und sind gut erreichbar.

Die Rucksäcke haben Volumina von 38 bzw. 40 Litern, die in erster Linie auf das nicht unterteilte Hauptfach entfallen. Hinzu kommt eine große Deckelklappe mit äußerem und innerem RV-Fach. Im inneren Fach ist auch die mitgelieferte Regenhülle untergebracht. An beiden Seiten gibt es oben offene Netzaußenfaschen, z.B. für Trinkflaschen. Zentral ergänzt ein oben durch einen Clipverschluss fixiertes Netzaußenfach die Ausstattung. Auch an beiden Hüftflossen ist in kleinen RV-Netzfaschen noch Platz für wichtige Kleinigkeiten vorhanden. Das Hauptfach des Rucksacks kann entweder von oben, oder über einen 86 cm langen, fast komplett umlaufenden 2-Wege-RV erreicht werden.

**Unser Fazit:** Der **Jade 38** und der **Zulu 40** von **Gregory** bieten alles, was man sich für eine ausgedehnte Tages- oder eine Mehrtagestour wünscht: ein angemessenes Volumen, eine durchdachte Ausstattung, sehr gute Belüftung und Polsterung und v.a. perfekten Tragekomfort. Kein Wunder also, dass die **Gregory** Rucksäcke beeindruckende 93% der maximal erreichbaren Punkte einheimen, was nicht nur das Testurteil „sehr gut“ bedeutet, sondern zudem das Wandermagazin-Testsiegel in der „NetZRücken-Gruppe“ einbringt.

## Glossar

### Einige gängige Umwelt- und Produktions-Zertifikate im Textil- und Lederbereich

Immer wichtiger wird bei Wanderausrüstung aber auch bei Outdoor-Funktionskleidung, die Frage nach der Produktionsmethode, wobei nicht nur die Herkunft der Rohstoffe und das Herstellungsland, sondern auch die arbeitsrechtlichen und umweltrechtlichen Auflagen und Grenzwerte eine Rolle spielen. Bei der Einschätzung dieser Abläufe helfen dem Endverbraucher einige international anerkannte Zertifikate, von denen folgende recht häufig genutzt werden:

**bluesign®:** internationaler Standard der den gesamten Prozess der Herstellung eines Textils bewertet. Das bedeutet schon die Gewinnung des Rohmaterials muss nach strengen Richtlinien erfolgen. Anschließend müssen auch in der eigentlichen Produktion alle arbeitsschutzrechtlichen und umweltrechtlichen Auflagen erfüllt werden. Bluesign® zertifizierte Produkte sind also nicht nur schadstofffrei, sondern sind auch möglichst umwelt- und ressourcenschonend hergestellt. [www.bluesign.com](http://www.bluesign.com)

**Öko-Tex 100:** unabhängiges Prüf- und Zertifizierungsverfahren für Schadstoffe in Textilien (wobei nicht nur Endprodukte, sondern auch das Rohmaterial zertifiziert werden kann). Bei der Schadstoffprüfung werden neben gesetzlich verbotenen (und / oder gesetzlich geregelten) Substanzen auch gesundheitsbedenkliche Substanzen überprüft. *Weitere Informationen unter: [www.oeko-tex.com](http://www.oeko-tex.com)*

### **Infos zur Fair Wear Foundation:**

**Fair Wear Foundation:** Die Fair Wear Foundation (FWF) ist eine weltweit operierende, unabhängige Organisation, die sich zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen (Sicherheitsstandards, Arbeitszeit, Lohn etc.) in der Textilbranche einsetzt. Meist sind die Forderungen der FWF deutlich weitgehender, als die nationalen gesetzlichen Vorschriften. Derzeit sind etwa 80 Hersteller Mitglied in der Fair Wear Foundation. *Weitere Infos unter: [www.fairwear.org](http://www.fairwear.org)*

### **Fair Trade Certificate:**

Den meisten ist das Fair Trade Siegel von fair gehandelten Lebensmitteln bekannt. Doch auch einige (wenige) Outdoor-Textilhersteller haben fair trade Produkte im Portfolio.

Fair Trade ist eine non-profit Organisation, die sich das Ziel gesetzt hat, das (wirtschaftliche) Ungleichgewicht im Welthandel zu bekämpfen. Produkte mit dem Fair Trade Zertifikat werden unter Einhaltung sozialer, ökonomischer und ökologischer Standards hergestellt und gehandelt. Für Fair Trade Produkte zahlen die Hersteller den Arbeitern in der Fabrik einen Zuschlag, mit dem dann gemeinsam bestimmte soziale oder ökologische Projekte umgesetzt werden. Nähere Informationen zu fair trade bei Textilien gibt es unter: [www.fairtradeusa.org](http://www.fairtradeusa.org)